ਮਲਾਰ ਮਹਲਾ ੧ ॥ ਚਾਤ੍ਰਿਕ ਮੀਨ ਜਲ ਹੀ ਤੇ ਸੁਖੁ ਪਾਵਹਿ ਸਾਰਿੰਗ ਸਬਦਿ ਸੁਹਾਈ ॥੧॥ ਰੈਨਿ ਬਬੀਹਾ ਬੋਲਿਓ ਮੇਰੀ ਮਾਈ ॥੧॥ ਰਹਾਉ ॥ ਪ੍ਰਿਅ ਸਿਉ ਪ੍ਰੀਤਿ ਨ ਉਲਟੈ ਕਬਹੂ ਜੋ ਤੈ ਭਾਵੈ ਸਾਈ ॥੨॥ ਨੀਦ ਗਈ ਹਉਮੈ ਤਨਿ ਥਾਕੀ ਸਚ ਮਤਿ ਰਿਦੈ ਸਮਾਈ ॥ ੩॥ ਰੂਖੀ ਬਿਰਖੀ ਊਡਉ ਭੂਖਾ ਪੀਵਾ ਨਾਮੁ ਸੁਭਾਈ ॥੪॥ ਲੋਚਨ ਤਾਰ ਲਲਤਾ ਬਿਲਲਾਤੀ ਦਰਸਨ ਪਿਆਸ ਰਜਾਈ ॥੫॥ ਪ੍ਰਿਅ ਬਿਨੁ ਸੀਗਾਰੁ ਕਰੀ ਤੇਤਾ ਤਨੁ ਤਾਪੈ ਕਾਪਰੁ ਅੰਗਿ ਨ ਸੁਹਾਈ ॥ ੬॥ ਅਪਨੇ ਪਿਆਰੇ ਬਿਨੁ ਇਕੁ ਖਿਨੁ ਰਹਿ ਨ ਸਕੰਉ ਬਿਨ ਮਿਲੇ ਨੀ ਦ ਨ ਪਾਈ ॥੭॥ ਪਿਰੁ ਨਜੀਕਿ ਨ ਬੂਝੈ ਬਪੁੜੀ ਸਤਿਗੁਰਿ ਦੀਆ ਦਿਖਾਈ ॥੮॥ ਸਹਜਿ ਮਿਲਿਆ ਤਬ ਹੀ ਸੁਖੁ ਪਾਇਆ ਤ੍ਰਿਸਨਾ ਸਬਦਿ ਬੁਝਾਈ ॥੯॥ ਕਹੁ ਨਾਨਕ ਤੁਝ ਤੇ ਮਨੁ ਮਾਨਿਆ ਕੀਮਤਿ ਕਹਨੁ ਨ ਜਾਈ ॥੧੦॥੩॥ {ਪੰਨਾ 1274}

ਪਦ ਅਰਥ:- ਚਾਤ੍ਰਿਕ—ਬਬੀਹਾ। ਮੀਨ—ਮੱਛੀ। ਤੇ—ਤੋਂ। ਸਾਰਿੰਗ—ਹਰਨ। ਸਬਦਿ—ਘੰਡੇ ਹੇੜੇ ਦੇ ਨਾਦ ਵਿਚ। ਸੁਹਾਈ—ਸੁਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ।1।

ਰੈਨਿ—ਰਾਤ (ਵੇਲੇ)। ਮਾਈ—ਹੇ ਮਾਂ!।1। ਰਹਾਉ।

ਸਿਉ—ਨਾਲੋਂ। ਤੈ—ਤੈਨੂੰ। ਸਾਈ—ਉਹੀ (ਪ੍ਰੀਤ)।2।

ਤਨਿ—ਤਨ ਵਿਚ (ਦੀ)। ਨੀਦ—ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਦੀ ਨੀਂਦ। ਸਚ ਮਤਿ—ਸਦਾ-ਥਿਰ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਾਲੀ ਮਤਿ।3।

ਊਡਉ—ਮੈਂ ਉੱਡਦਾ ਹਾਂ। ਪੀਵਾ—ਮੈਂ ਪੀਂਦਾ ਹਾਂ। ਸੁਭਾਈ—ਪ੍ਰੇਮ ਨਾਲ।4।

ਲੋਚਨ ਤਾਰ—ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਟਿਕਟਿਕੀ। ਲਲਤਾ—ਜੀਭ। ਰਜਾਈ—ਰਜ਼ਾ ਦਾ ਮਾਲਕ।5।

ਤੇਤਾ—ਉਤਨਾ ਹੀ। ਤਾਪੈ—ਤਪਦਾ ਹੈ। ਕਾਪਰੁ—ਕੱਪੜਾ। ਅੰਗਿ—ਸਰੀਰ ਉਤੇ।6।

ਨ ਪਾਈ—ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ।7।

ਨਜੀਕਿ—ਨੇੜੇ (ਲਫ਼ਜ਼ 'ਨਜੀਕਿ' ਸੰਬੰਧਕ ਹੈ, ਪਰ ਇਸ ਦਾ ਸੰਬੰਧ ਲਫ਼ਜ਼ 'ਪਿਰੁ' ਨਾਲ ਨਹੀਂ ਹੈ। ਵੇਖੋ:- 'ਭਿਸਤੁ ਨਜੀਕਿ ਰਾਖੁ ਰਹਮਾਨਾ'—ਕਬੀਰ ਜੀ)। ਬਪੁੜੀ—ਭਾਗ-ਹੀਣ। ਸਤਿਗੁਰਿ—ਗੁਰੂ ਨੇ।8।

ਸਹਜਿ—ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ। ਸਬਦਿ—ਸ਼ਬਦ ਦੀ ਰਾਹੀਂ।9।

ਤੇ—ਤੋਂ। ਤੁਝ ਤੇ—ਤੈਥੋਂ, ਤੇਰੀ ਮਦਦ ਨਾਲ।10।

ਅਰਥ:- ਹੇ ਮੇਰੀ ਮਾਂ! (ਸ੍ਵਾਂਤੀ ਬੂੰਦ ਦੀ ਤਾਂਘ ਵਿਚ) ਰਾਤੀਂ ਬਬੀਹਾ (ਬੜੇ ਵੈਰਾਗ ਵਿਚ) ਬੋਲਿਆ (ਉਸ ਦੀ ਵਿਲਕਣੀ ਸੁਣ ਕੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਭੀ ਧ੍ਰੂਹ ਪਈ)।1। ਰਹਾਉ।

(ਹੇ ਮਾਂ! ਬਬੀਹੇ ਦੀ ਕੂਕ ਸੁਣ ਕੇ ਮੈਨੂੰ ਸਮਝ ਆਈ ਕਿ) ਬਬੀਹਾ ਤੇ ਮੱਛੀ ਪਾਣੀ ਤੋਂ ਹੀ ਸੁਖ ਪਾਂਦੇ ਹਨ, ਹਰਨ ਭੀ (ਘੰਡੇ ਹੇੜੇ ਦੇ) ਸ਼ਬਦ ਤੋਂ ਸੁਖ ਲੈਂਦਾ ਹੈ (ਤਾਂ ਫਿਰ ਪਤੀ-ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਵਿਛੋੜੇ ਵਿਚ ਮੈਂ ਕਿਵੇਂ ਸੁਖੀ ਹੋਣ ਦੀ ਆਸ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹਾਂ?)।1।

(ਹੇ ਮਾਂ! ਬਬੀਹੇ ਮੱਛੀ ਹਰਨ ਆਦਿਕ ਦੀ) ਪ੍ਰੀਤਿ (ਆਪੋ ਆਪਣੇ) ਪਿਆਰੇ ਵਲੋਂ ਕਦੇ ਭੀ ਪਰਤਦੀ ਨਹੀਂ। (ਇਹ ਮਨੁੱਖ ਹੀ ਹੈ ਜਿਸ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਲੋਂ ਹੱਟ ਕੇ ਦੁਨੀਆ ਨਾਲ ਬਣ ਜਾਂਦੀ ਹੈ। ਹੇ ਮਾਂ! ਮੈਂ ਅਰਦਾਸ ਕੀਤੀ ਕਿ ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਜੋ ਤੈਨੂੰ ਭਾਵੇ ਉਹੀ ਗੱਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ (ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ ਚਰਨਾਂ ਦੀ ਪ੍ਰੀਤਿ ਦੇਹ)।2।

(ਹੇ ਮਾਂ! ਮੇਰੀ ਬੇਨਤੀ ਸੁਣ ਕੇ ਪ੍ਰਭੂ ਨੇ ਮਿਹਰ ਕੀਤੀ) ਮੇਰੇ ਹਿਰਦੇ ਵਿਚ ਉਸ ਸਦਾ-ਥਿਰ ਪ੍ਰੀਤਮ ਦਾ ਨਾਮ ਸਿਮਰਨ ਵਾਲੀ ਮਤਿ ਆ ਟਿਕੀ, ਹੁਣ ਮੇਰੀ ਮਾਇਆ ਦੇ ਮੋਹ ਵਾਲੀ ਨੀਂਦ ਮੁੱਕ ਗਈ ਹੈ, ਮੇਰੇ ਸਰੀਰ ਵਿਚ ਦੀ ਹਉਮੈ ਭੀ ਦੂਰ ਹੋ ਗਈ ਹੈ।3।

(ਹੇ ਮਾਂ! ਬਬੀਹੇ ਦੀ ਵਿਲਕਣੀ ਵਿਚੋਂ ਮੈਨੂੰ ਜਾਪਿਆ ਕਿ ਉਹ ਇਉਂ ਤਰਲੇ ਲੈ ਰਿਹਾ ਹੈ—) ਮੈਂ ਰੁੱਖਾਂ ਬਿਰਖਾਂ ਤੇ ਉੱਡ ਉੱਡ ਕੇ ਜਾਂਦਾ ਹਾਂ ਪਰ (ਸ੍ਵਾਂਤੀ ਬੂੰਦ ਤੋਂ ਬਿਨਾ) ਭੁੱਖਾ (ਪਿਆਸਾ) ਹੀ ਹਾਂ! (ਬਬੀਹੇ ਦੀ ਵਿਲਕਣੀ ਤੋਂ ਪ੍ਰੇਰਿਤ ਹੋ ਕੇ ਹੁਣ) ਮੈਂ ਬੜੇ ਪਿਆਰ ਨਾਲ ਪਰਮਾਤਮਾ-ਪਤੀ ਦਾ ਨਾਮ-ਅੰਮ੍ਰਿਤ ਪੀ ਰਹੀ ਹਾਂ।4।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਰਜ਼ਾ ਦੇ ਮਾਲਕ ਪ੍ਰਭੂ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਦੀ (ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ) ਬੜੀ ਤਾਂਘ ਹੈ, ਮੇਰੀ ਜੀਭ (ਉਸ ਦੇ ਦਰਸਨ ਲਈ) ਤਰਲੇ ਲੈ ਰਹੀ ਹੈ, (ਉਡੀਕ ਵਿਚ) ਮੇਰੀਆਂ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਟਿਕਟਿਕੀ ਲੱਗੀ ਹੋਈ ਹੈ।5।

(ਹੇ ਮਾਂ! ਹੁਣ ਮੈਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਕਿ) ਪਿਆਰੇ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਮੈਂ ਜਿਤਨਾ ਭੀ ਸਿੰਗਾਰ ਕਰਦੀ ਹਾਂ ਉਤਨਾ ਹੀ (ਵਧੀਕ) ਮੇਰਾ ਸਰੀਰ (ਸੁਖੀ ਹੋਣ ਦੇ ਥਾਂ) ਤਪਦਾ ਹੈ। (ਚੰਗੇ ਤੋਂ ਚੰਗਾ ਭੀ) ਕੱਪੜਾ (ਮੈਨੂੰ ਆਪਣੇ) ਸਰੀਰ ਉਤੇ ਸੁਖਾਂਦਾ ਨਹੀਂ ਹੈ।6।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਆਪਣੇ ਪਿਆਰੇ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਮੈਂ (ਇਕ) ਪਲ ਭਰ ਭੀ (ਸ਼ਾਂਤ-ਚਿੱਤ) ਨਹੀਂ ਰਹਿ ਸਕਦੀ, ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਨੂੰ ਮਿਲਣ ਤੋਂ ਬਿਨਾ ਮੈਨੂੰ ਨੀਂਦ ਨਹੀਂ ਪੈਂਦੀ (ਸ਼ਾਂਤੀ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ)।7।

(ਹੇ ਮਾਂ!) ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ ਤਾਂ (ਹਰੇਕ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ ਦੇ) ਨੇੜੇ (ਵੱਸਦਾ) ਹੈ; ਪਰ ਭਾਗ-ਹੀਣ ਨੂੰ ਇਹ ਸਮਝ ਨਹੀਂ ਆਉਂਦੀ। (ਸੁਭਾਗਣ) ਨੂੰ (ਉਸ ਦੇ ਅੰਦਰ ਹੀ ਪਰਮਾਤਮਾ) ਵਿਖਾ ਦਿੱਤਾ ਹੈ।8।

(ਗੁਰੂ ਦੀ ਕਿਰਪਾ ਨਾਲ ਜੇਹੜੀ ਜੀਵ-ਇਸਤ੍ਰੀ) ਆਤਮਕ ਅਡੋਲਤਾ ਵਿਚ (ਟਿੱਕ ਗਈ ਉਸਨੂੰ ਪ੍ਰਭੂ-ਪਤੀ) ਮਿਲ ਪਿਆ (ਉਸ ਦੇ ਦੀਦਾਰ ਹੋਇਆਂ ਉਸ ਨੂੰ) ਉਸ ਵੇਲੇ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਪ੍ਰਾਪਤ ਹੋ ਗਿਆ, ਗੁਰੂ ਦੇ ਸ਼ਬਦ ਨੇ ਉਸ ਦੀ ਤ੍ਰਿਸ਼ਨਾ (ਦੀ ਅੱਗ) ਬੁਝਾ ਦਿੱਤੀ।9।

ਹੇ ਨਾਨਕ! (ਪ੍ਰਭੂ-ਚਰਨਾਂ ਵਿਚ ਅਰਦਾਸ ਕਰ ਕੇ ਆਖ—ਹੇ ਪ੍ਰਭੂ!) ਤੇਰੀ ਮਿਹਰ ਨਾਲ ਮੇਰਾ ਮਨ (ਤੇਰੀ ਯਾਦ ਵਿਚ) ਗਿੱਝ ਗਿਆ ਹੈ (ਤੇ ਮੇਰੇ ਅੰਦਰ ਅਜੇਹਾ ਆਤਮਕ ਆਨੰਦ ਬਣ ਗਿਆ ਹੈ ਜਿਸ ਦਾ) ਮੁੱਲ ਨਹੀਂ ਪਾਇਆ ਜਾ ਸਕਦਾ।10।3।